

Waidhofen, am 16.09.2026

Ein Tag voller Bewegung, Leichtigkeit und Wohlfühl g'sund & g'schmeidig Festival am 4. Oktober

Am 4. Oktober 2026 verwandelt sich das historische Schloss Rothschild erstmals in einen besonderen Treffpunkt für alle, die Bewegung, Gesundheit und Wohlbefinden aktiv erleben möchten. Der Verein g'sund & g'schmeidig lädt gemeinsam mit der Gesunden Gemeinde Waidhofen an der Ybbs dazu ein, die Vielfalt der regionalen Bewegungs-, Gesundheits- und Genussangebote zu entdecken und selbst auszuprobieren.

Von 9.00 bis 21.00 Uhr erwartet die Besucherinnen und Besucher ein abwechslungsreiches Festivalprogramm. Die Gäste können ihren Tag individuell gestalten und aus zahlreichen Programmpunkten, Workshops und Bewegungseinheiten jene Angebote auswählen, die sie besonders interessieren. So wird das Festival zu einem persönlichen Erlebnis, bei dem Ausprobieren, Entdecken und Genießen im Mittelpunkt stehen.

Waidhofner Trainerinnen und Trainer im Rampenlicht

Ein zentrales Anliegen des Festivals ist es, die beeindruckende Vielfalt der regionalen Trainerinnen und Trainer sichtbar zu machen. Besucherinnen und Besucher erhalten die Möglichkeit, unterschiedlichste Bewegungs- und Gesundheitsangebote ganz unkompliziert kennenzulernen und selbst auszuprobieren.

Bewegungsvielfalt für jeden Geschmack

In den historischen Räumen des Schlosses werden den ganzen Tag über Yoga-, Pilates-, Mobilitäts-, Kraft-, Beweglichkeits-, Meditations- und Achtsamkeitseinheiten angeboten. Ergänzt wird das Programm durch dynamische Workouts, HIIT-Einheiten, Atemtechniken sowie zahlreiche Workshops zu den Themen Gesundheit, Wohlbefinden und persönliche Entwicklung.

Ein besonderes Highlight ist der „Wolke Sieben“-Luftakrobatikraum. Ob an Tüchern (Silks), am Sling, Hoop oder an Straps – unter fachkundiger Anleitung können Interessierte die faszinierende Welt der Luftakrobatik kennenlernen und selbst erleben. Im Mittelpunkt steht dabei vor allem das eigene Ausprobieren. „Wir möchten Menschen ermutigen, Neues auszuprobieren, aus ihrer Komfortzone herauszutreten und die große Vielfalt an Angeboten direkt vor ihrer Haustüre kennenzulernen. Viele wissen gar nicht, welche außergewöhnlichen Trainerinnen und Trainer sowie Bewegungsformen es in

Stadt Waidhofen a/d Ybbs

Kommunikation

Waidhofen gibt. Genau das möchten wir sichtbar machen", so das Organisationsteam.

Kulinarischer Genuss trifft auf bewusste Ernährung

Auch kulinarisch setzt das Festival auf Qualität, Regionalität und Vielfalt. Mit dabei sind das Restaurant kunterbunt, der Schlosswirt Rothschild, die Feinbäckerei Matthias Krenn und die Marktbar. Von regionalen und veganen Spezialitäten über feine Mehlspeisen bis hin zu alkoholfreien Cocktails und gesunden Snacks ist für jeden Geschmack etwas dabei.

Entspannung oder Tanz zum Festivalabschluss

Zum Abschluss des Festivals stehen zwei besondere Erlebnisse zur Auswahl: Beim Liegekonzert im Kristallsaal laden entspannte Live-Klänge dazu ein, zur Ruhe zu kommen und den Tag achtsam ausklingen zu lassen. Wer den Festivalabend lieber aktiv ausklingen lassen möchte, ist beim DJ-Set mit DJ Artemis im Rittersaal genau richtig.

Mit dem Tagesticket um 75 Euro können alle Programmpunkte des Festivals genutzt werden. Tickets sind im Offenen Rathaus, direkt beim Verein g'sund & g'schmeidig, an allen oeticket-Verkaufsstellen sowie online (zzgl. Gebühren) erhältlich. Nähere Informationen und das vollständige Festivalprogramm gibt es unter www.gsundundgschmeidig.at.

Foto (v.l.): Regina Durstberger, Susanne Leonhartsberger und Julia Hintsteiner laden am 4. Oktober zum g'sund & g'schmeidig Festival ins Schloss Rothschild.